RECURSOS DESCARREGABLES

A partir d'aquest Codi QR entraràs a la web **archive.org** on hem penjat els documents distribuïts per llistes, una per cada rol.
Si hi entres des de l'ordinador et sortiran les llistes a la franja esquerra de la pantalla.
Si hi entres des del mòbil caldrà que apretis el menú desplegables "Eines per l'autogestio's lists" per triar la que vols visualitzar, tornar a plegar el menú de llistes i podràs veure els documents per descarregar.

AVISOS:
Pot ser que no vegis els arxius a la llista, endreça els documents per "títol" (Sort by - title) i apareixeran.
Per a la versió mòbil a vegades els PDFs no apareixen en previsualització, però hem intentat que els títols siguin prou explicatius. A més els PDFs no pesen gens i pots descarregar-los, veure si és el que busques i, en cas que no, eliminar-lo de la memòria del mòbil.

INSTRUCCIONS D'IMPRESSIÓ

La majoria de recursos són molt fàcils d'imprimir i el format està pensat per a que sigui imprimible en qualsevol impresora A4 i en Blanc i Negre. Ara bé, per si us cal un "pas a pas", aquí el teniu:

1. Escaneja el codi QR amb el mòbil
2. Dintre el web que s'obrirà trobeu el PDF que voleu, podeu guardar-lo i/o imprimir-lo
3. Com imprimir:
   - **3.1.** Fixa't al títol del PDF, hi ha especificat el format d'impressió.
   - **3.2.** Si és doble cara, selecciona impressió a doble cara a la configuració.
   - **3.3.** La majoria d'eines estan pensades per a una doble cara amb "giro en borde corto" perquè quadrin les cares, però si gira pel "borde largo" no passa res, només que sortiran les cares una amunt i l'altra avall i és una mica menys còmode, però igualment funcional.
4. Un cop imprès, molts dels recursos estan pensats per ser tallats per la meitat, tenint dos A5s llestos per a utilitzar.
5. Feu-ne còpies de sobres per a tenir-ne a mà, sobretot aquelles que preveieu que s'utilitzaran regularment.

Per qualsevol dubte o comentari ens podeu trobar al mail:
info@arquitecturadecontacte.cat
Per saber més de la nostra tasca podeu visitar:
arquitecturadecontacte.cat

EINA DE LA GESTIÓ DEL PODER

ROL DE LES ÀGUILES

L'objectiu de les Àguiles és identificar els gestos de poder que apareguin per la sessió. El poder és un element clau, tant en termes negatius com en positius. Pot oprimir, invisibilitzar i imposar-se així com pot alliberar, visibilitzar i motivar al grup. Aconseguir caçar al vol el poder "negatiu" i poder acompanyar i reforçar aquell "positiu" serà clau per a la salut de la sessió.

Aquesta identificació requereix d'una mirada aguda i precisa, però també d'intuïció. És un rol que pot no fer servir eina i que només amb l'observació pot anar acompanyant el grup, però si voleu tenir una base material sobre la que treballar us deixem aquí alguns eixos que nosaltres fem servir per identificar el poder:

- **LLENGUATGE VERBAL (MODE COMUNICATIU).** Fixem-nos en com ens expressem, quin tipus de paraules, to, intensitat es fan servir. En quin tipus d'intervencions es fan, si són valoratives i constructives o, al contrari, destructives i des de l'egolatria i la distància.
- **LLENGUATGE NO-VERBAL (POSTURES COMUNICATIVES).** Fixem-nos en les posicions del cos, les expressions gestuals, les reaccions físiques a altres intervencions, etc.
- **OCUPACIÓ DEL TEMPS DE PARAULA.** Fixem-nos en si els torns s'allarguen molt, en si es concentren en certes persones que acaparen molt espai i temps, etc.
- **DISTRIBUCIÓ DE LA PARAULA.** Fixem-nos en si sempre parlen les mateixes persones i si acostumen a ser homes cis blancs, o persones amb un rang estructural dins del grup.
- **RANG.** Fixem-nos en l'atenció que es dona a certs perfils socials que participen de l'espai, els canvis d'opinió que generen les seves intervencions, el clima que organitzen les seves paraules.

A partir d'aquí sempre que identifiqueu una acció o detall que tingui a veure amb aquestes categories podeu resseguir una línia horitzontal de la graella que us proposem com a eina. Cap amunt és el poder "positiu" o emancipador, per aquelles accions que facilitin el grup, i cap avall és el poder "negatiu" o limitant, per aquelles accions que dificultin el grup. Identifica, acompanya i visibilitza (sempre amb molta cura!) els sectors més problemàtics.